

第 2 章

活動内容



お母さん：怖くないの？イカさんだよ

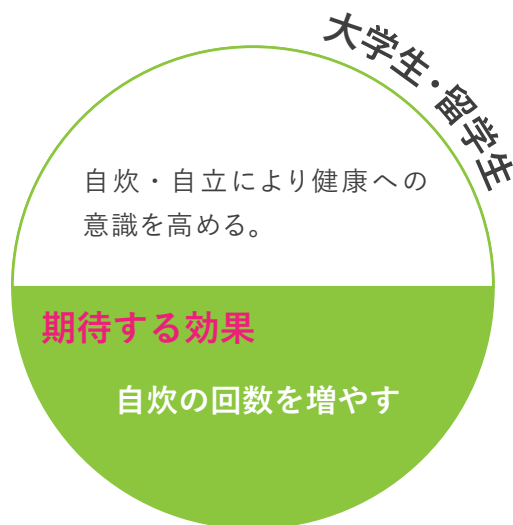
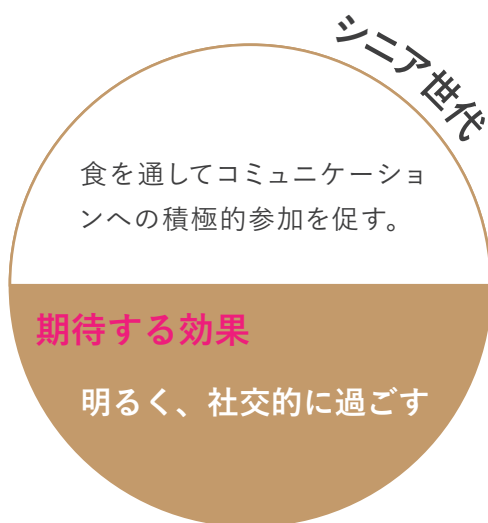
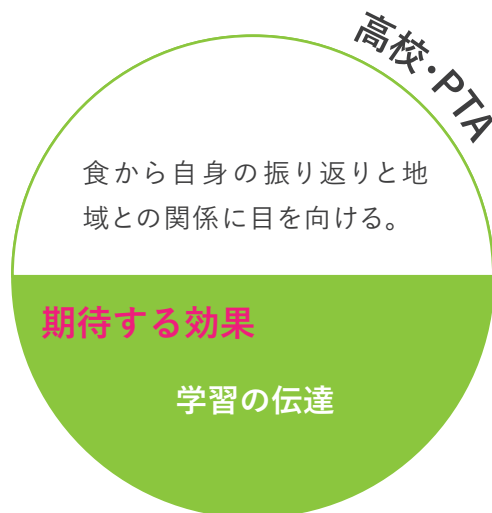
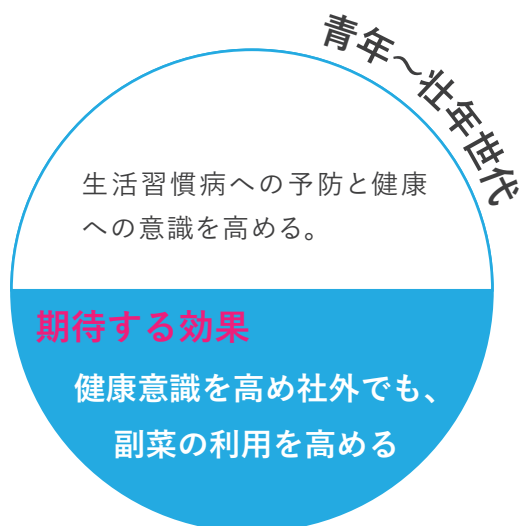
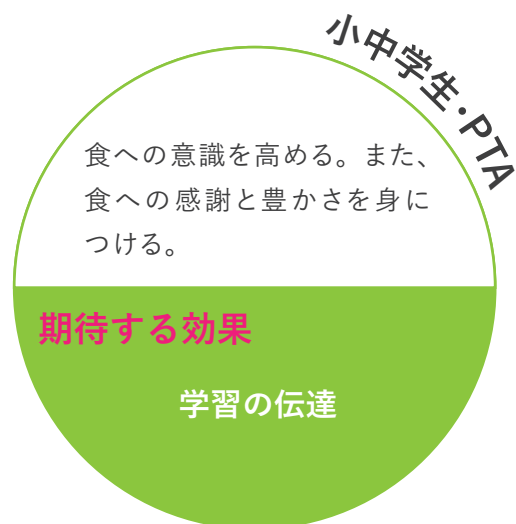
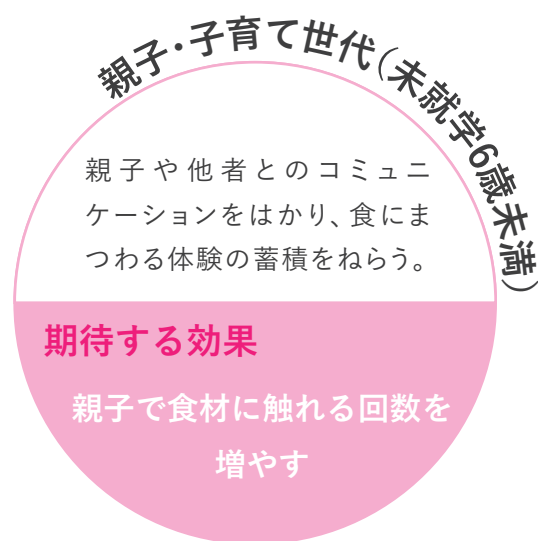
子供さん：ジー……

Contents of activities by age

家族、友達、自分自身のため・・・というように誰に料理をつくるのかで献立が変わるように食育を組み立てる上で対象者によって全く違う内容になってくる。ごちジャパプロジェクトでは、6世代に対象者を分け、食育の目的や期待する効果、目標を設定し実施した。

第2章では、全活動77のうちの各世代特徴的な活動を紹介する。

食育のターゲット設定



親子・子育て世代

お家のカレーに 何が入っている？

実施日：2015/7/9
協力団体：のびのびクラブ（舞鶴）
参加人数：15 名
タイプ：レクリエーション

野菜に触れるレクリエーション。
食事の準備や手伝いは食への関心を高めるだけでなく、親子や友達とのコミュニケーションにもなる。
『食』に触れる機会を提供した。

ちょっとした出来事

トマトをじーっと見つめる女の子。

次の瞬間、ぱっく!!と一口綺麗な歯形が。

「あなた、いつもトマト食べないでしょ!」とお母さんをびっくりさせた。



お魚と仲良くなるツアー

実施日：2015/8/6
協力団体：のびのびクラブ（舞鶴）
民宿 重兵衛（舞鶴）
参加人数：41 名
タイプ：見学、試食・調理

「お魚と仲良くなる」ため、親子でイカの下処理をしたり、お魚の調理体験ができる日帰りツアーを実施。お子さんもイカの手さばきに挑戦した。

ちょっとした出来事

「イカさんだって」

イカと初対面のお子さんは、ただ真剣にイカとにらめっこ。

ついに触れたと思ったら、ぶにぶに、ぶにぶに、ひたすら揉む。

イカがぐったりするまでマッサージ。

「噛む」について

実施日：2015/8/21
協力団体：京都生協 綾部エリア会
参加人数：17 名
タイプ：レクリエーション、講座

噛む力を見直す食育。
大人も子供も毎日しているからこそ、見落としがちな行動。歯や頭蓋骨の模型を見ながら、自分の歯と比べる。

ちょっとした出来事

頭骸骨模型やサメの歯の化石など普段は博物館のショーケースの中。

「これ本物?! 本物?!」

間近で見た子供たちは興味津々。
親御さんは記念撮影。

